

## মানসিক রোগ ও প্রতিকার

আধুনিক বিশ্ব নানা ধরনের প্রতিকূল পরিবেশ পরিস্থিতি ও সমস্যার মধ্যে ডুবে আছে। জন্ম নিচ্ছে নতুন নতুন রোগ-ব্যাদি। বিভিন্ন প্রকার মানসিক রোগ যথা: অস্থিরতা, চেহারার স্বাভাবিক অবস্থার পরিবর্তন, বিরক্তি ও যেকোন ব্যাপারে অনিশ্চয়তা এবং স্নায়বিক বৈকল্যতা ইত্যাদি। আর এর কারণ হল আজকের সমাজ আধুনিকতার নামে অন্ধ অনুকরণ করতে গিয়ে ঈমান বা বিশ্বাসের ক্ষেত্রে অন্ধকারে ডুবে আছে এবং শুধুমাত্র বাহ্যিক চাকচিক্যতার প্রতি গুরুত্ব দিচ্ছে।

এ ছাড়াও রক্তচাপ, বহুমূত্র, বিভিন্ন প্রকার পেটের পিড়া, অংগ-প্রত্যঙ্গের ক্ষত রোগ, বদহজম এবং অন্যান্য রোগ-ব্যাদি। এসব রোগের চিকিৎসার ক্ষেত্রে দুটি মত পাওয়া যায়ঃ

**প্রথম মত:** শুধুমাত্র মানসিক চিকিৎসকের স্বরণাপন্ন হওয়া এবং নব আবিস্কৃত ঔষধপত্র ব্যবহার করা। পক্ষান্তরে যিকির-দু'আর সমন্বয়ে রুকিয়াহ এর মাধ্যমে চিকিৎসা ছেড়ে দেওয়া কেননা, এতে কোন উপকার হয় না। আধুনিক চিকিৎসা বিজ্ঞান রুকিয়াহ, জ্বীন-যাদু বিশ্বাসই করেনা।

**দ্বিতীয় মত:** শুধুমাত্র যিকির-দু'আর উপর নির্ভর করে রুকিয়াহ দ্বারা সব রোগ-ব্যাদির চিকিৎসা করতে হবে। এটা ব্যতীত আধুনিক পদ্ধতিতে ডাক্তার, ঔষধ দ্বারা চিকিৎসা ফলপ্রসূ হবে না এবং তা অপয়োজনীয়।

### উপরোক্ত মতামতদ্বয়ের পর্যালোচনা:

আমরা মনে করি উল্লিখিত দুটি মতই বিভ্রান্তিকর। তারা প্রত্যেকেই নিজেদেরকে সঠিক বলে দাবী করছে। অথচ সঠিক কথা হলো যে, সর্বপ্রকার আধুনিক চিকিৎসা এবং শরীয়ত সম্মত রুকিয়াহ কে আলাদা করে ভাবা ঠিক নয়। অবস্থাভেদে একটা অপরটার বিকল্প নয় বরং উভয়টারই প্রয়োজন আছে।

বিশিষ্ট মানসিক রোগ বিশেষজ্ঞ অধ্যাপক আব্দুল্লাহ ছুবায়েদ বলেন: চোখ লাগা (বদ নজর), জ্বীন-যাদু ইত্যাদি শারীরিক ও মানসিক রোগের প্রধান কারণ। (মাজাল্লাতুদ দাওয়াহ, সংখ্যা-১৪৭৯, তারিখ-১০/০৯/১৪১৫ হিজরী)

**একটা গুরুত্বপূর্ণ প্রশ্ন:** আধুনিক ডাক্তারী চিকিৎসা এবং রুকিয়াহ কোনটা চিকিৎসার সময় অগ্রাধিকার পাবে?

উত্তরঃ<sup>১</sup> কুরআনের আয়াত এবং অন্যান্য যিকির-দু'আ চিকিৎসার ক্ষেত্রে অগ্রাধিকার পাবে। কেননা, আধ্যাত্মিক চিকিৎসার ভিত্তিমূল সৃষ্টিকর্তা আল্লাহর

একত্ববাদের উপর প্রতিষ্ঠিত। আর কুরআন তেলাওয়াত (অধ্যয়ন) পরিস্কার-পরিচ্ছন্নতা, ফরজ-ওয়াজিব সমূহ পালন করা এবং অন্য যা কিছু রবের সাথে বান্দাহর সম্পর্কে সুদৃঢ় করে তা একনিষ্ঠভাবে পালন করা। রুকিয়াহ কুরআন পাঠ (তেলাওয়াত) যিকির দু'আ সমূহ রোগ নিরাময়সহ মানুষের বাহ্যিক অবস্থার উন্নতি সাধন করে। আর যখন বাহ্যিক ও ঈমানী উন্নতি সাধিত হয় তখন শরীরের যাবতীয় মানসিক রোগ-ব্যাদি প্রতিরোধ করা সহজ হয়।

অতএব, একটু খেয়াল করলেই দেখা যায় যে, ইসলামের বাস্তব অনুশীলন এবং সত্যনিষ্ঠ ঈমানী চেতনা ও তাকওয়াহর সাথে যারা জীবন যাপন করে থাকে তাদের জীবনে সর্বদা মানসিক প্রশান্তি, এতমিনান, সমৃদ্ধি বিদ্যমান থাকে এবং তাদেরকে কখনো হতাশায় আচ্ছন্ন করতে পারেনা। তবে অনস্বীকার্য যে দুনিয়ার কেহই বৈষয়িক ঝুট-ঝামেলা অথবা পারিবারিক-সামাজিক ইত্যাদি সমস্যা মুক্ত নয়।

### উপরোক্ত অবস্থার প্রমাণস্বরূপ কিছু উদ্ধৃতি লক্ষণীয়:

আমরা সাধারণ মানুষ হয়েও রাজা-বাদশাহের তুলনায় বেশ তৃপ্ত এবং আরাম দায়ক জীবন-যাপন করছি, আর এটা যদি ঐ রাজা-বাদশাহ কিংবা তাদের সহচরগণ জানতে বা বুঝতে পারত তাহলে হিংসায় আমাদের উপর তরবারী চালাত! অন্য একজন বলেন যে, আমার সময় দিন ও দিনগুলি যেভাবে সুখ ও স্বাচ্ছন্দে কেটে যাচ্ছে জান্নাত বাসীদের যদি এই অবস্থা হয়ে থাকে তাহলে নিশ্চিন্তে বলা যায় তারা; সুখে, আনন্দে, শান্তিতে আছে!

সর্বোপরি প্রমাণিত সত্য হলো মানসিক প্রশান্তি এবং ঈমানী শান্তি মানব জীবনকে সফলতার দুয়ারে পৌঁছে দেয় এমনকি শারীরিক-দৈহিক অবস্থারও উন্নতি হয়। ইমাম ইবনুল কাইয়ুম (রহ.) তাঁর গুরু ইমাম ইবনে তাইমিয়া (রহ.) হতে একটি ঘটনা বর্ণনা করেন যা উক্ত অবস্থার হাকীকত দৃঢ়ভাবে প্রমাণ করে। “ইমাম ইবনে তাইমিয়া একদিন ব্যাথায় আক্রান্ত হলে জনৈক ডাক্তার তাকে বললেন যে, ‘আপনার ইলম, ফিকির ও যিকির বর্তমান থাকা সত্ত্বেও কি করে ব্যাথায় কষ্ট দেয়? ইমাম ইবনে তাইমিয়া জবাব দিলেন ‘আপনারা তো মনে করেন যে, চিন্তা যদি সবল ও সুস্থ থাকে তাহলে এই চিন্তা এমন শক্তির আর্বিভাব ঘটায় যা দেহের স্বাভাবিক অবস্থাকে আরো সতেজ ও সচল করে তুলে।

অতঃপর ডাক্তার ইমাম ইবনে তাইমিয়ার একথাকে স্বীকার করে নিলেন। ইমাম ইবনে তাইমিয়া পুনরায় ডাক্তারকে বললেন যে, আপনি যদি আমার মনটাকে আল্লাহর যিকির এবং ইলমের (জ্ঞানের) দিকে মশগুল করাতে পারেন তাহলে মানসিক অবস্থার উন্নতি ঘটবে এবং মন সতেজ-সুস্থ থাকবে, পরিশেষে অবশ্যই রোগ-ব্যাদি প্রতিরোধ করা যায়। (মিফতাহুল দারুস সাআদাহ, ১/২৮৭, ইবনুল কাইয়ুম)

### রোগ-ব্যাধিতে আক্রান্ত হওয়ার আগে

রোগ-ব্যাধির ব্যাপারে সতর্ক থাকা এবং প্রতিরোধের সু-ব্যবস্থা ও প্রতিষেধক গ্রহণ করা। আর এটা ছোট-বড় সকল মুসলিম নর-নারীর জন্য অত্যন্ত গুরুত্বপূর্ণ দায়িত্ব ও কর্তব্য। আমরা সচেতন থাকলে আল্লাহর ইচ্ছায় রোগ-ব্যাধি মুক্ত সুস্থ-সুন্দর জীবন-যাপন করতে সক্ষম হবো।

কথিত আছে: চিকিৎসার চেয়ে পূর্ব প্রতিরোধ ব্যবস্থাই উত্তম।

### রোগ-ব্যাধিতে আক্রান্ত হওয়ার পরে

একনিষ্ঠভাবে শারি'আহ সম্মত হলে রুকিয়াহ এর মাধ্যমে যথোপযুক্ত চিকিৎসার ব্যবস্থা করতে হবে। আক্রান্ত হওয়ার আগে ও পরে যা করতে হবে তা পরবর্তিতে আলোচনা করা হবে ইনশাআল্লাহ।

প্রচারে: রুকিয়াহ শারি'আহ এন্ড হিজামাহ ক্লিনিক সিলেট

যোগাযোগ: ০১৭১২ ৬৬ ৮৩ ৪৫